

かかわり合う力を育てる保健体育指導の在り方
—コミュニケーションスキルを高める授業改善を通して—

鈴木智喜 高橋祥子 宮澤玲子

1 研究テーマ設定の趣旨

昨今の人間関係の希薄化がもたらした影響は、社会的な問題として、いろいろな角度から取り上げられている。特に、子どもたちを取り巻く環境は激変した。その中でも、集団での動的な遊びの機会が大幅に少なくなったことは、心とからだの両面に大きなダメージを与える結果となっている。

エリクソンは遊びについて「子どもの心身の発達にこれほど有効なものはない」と述べている。遊びは、内発的に動機づけられた行動で、興味や好奇心、認知的葛藤によって自発的に生じるものである。しかも、個人内にとどまらず、他者との関係性において多く生じることにその意味がある。関係の中で得られる、他者からの受容感や安心感をベースに有能感を体得していき、遊ぼうとする内発的動機が高められ、さらには、自己と自己を取り巻く現実に出会い、学ばなければならない心理社会的態度も身に付けていくことができる。各発達段階で、心身の両面に対し重要な役割を担うこの遊びが、子どもたちの生活の中から消えつつあることに、我々は危機感を持ち、対策を講じていかなければならない。

その問題について具体的に考えていくと、心の面では、他者とのかかわり合いの中から得られるべき力…例えば、コミュニケーション能力、思いやり共感する力、耐性などの低下が挙げられる。からだの面でも、ボディバランスが不安定で転倒しやすく、転倒した際の顔面や手首の怪我が多い。また、疲労しやすくすぐ座り込んでしまったり、相手との距離感や力の加減を適宜調節できず上手く身をおかわせないなど、怪我につながる場面も多く見受けられる。これは明らかに、動的な遊びや運動の経験の不足、運動が生活の中で習慣化されていないことが起因していると思われる。

本校の生徒も例外ではない。研究初年度に実施した心とからだに関するアンケートでは、自分のからだに対してどちらかというと否定的な感情を持ち、友達と一緒に運動したり、からだを触れ合ったりする経験が少ないという結果であった。また、昨年12月に1・2年生を対象に行った、体力に関するアンケートでは、約半数の生徒が自分の体力に「自信がない」と答えており、その背景には、1日に60分以上の運動時間を確保できている生徒が3割に満たないという状況があることも分かった。

学習指導要領の教科目標の文頭に‘心とからだを一体のものとしてとらえ…’という文言がある通り、保健体育科には授業を通して心とからだの両面を育てていくという目的がある。運動を介して、仲間づくりやコミュニケーションスキルを身に付けていく過程で、自己と他者の心身について気づき、対人関係を積極的に築いていこうとする態度はもちろ

んのこと、運動に親しむ態度や資質・能力も育成できるのではないかと考え、上記研究テーマを設定した。

2 研究計画

1 第1年次（平成17年度）

- (1) 保健体育科でとらえる「コミュニケーション力」について
- (2) コミュニケーションスキルを身に付けさせるための授業改善の手だてと授業実践

2 第2年次（平成18年度）

- (1) 授業改善のためのオーセンティック・アセスメント
- (2) 身に付けたコミュニケーションスキルを活かす授業展開

3 第3年次（平成19年度）

- (1) 授業実践の検証
- (2) 研究成果と今後の課題

3 研究内容

1 第1年次（平成17年度）

- (1) 保健体育科でとらえる「コミュニケーション力」について

コミュニケーションは、人がそれぞれ「自分」という意識を持ち、自分の思っていることをいろいろな方法で相手に表現し、相手の応答を解釈することによって成り立っている。このことを踏まえ、本研究では「コミュニケーション力」として考えられる「話す・きく」「ノンバーバル・コミュニケーション」の二つについて、保健体育科の特性と深くかわる力であるにとらえ、研究を開始した。

ア 「話す」・「きく」について

心で「聴いて」心で「応える」ことができて、はじめてコミュニケーションが成立していると言える。大切なことは、頭や口先だけの力をもたない言葉ではなく、身体感覚に触れ、そこから言葉にしていく過程で、体を通した言葉になっているかどうかである。授業においては、個人の能力や特徴として備わっている話す力・聴く力が発揮される関係と、相互作用のプロセスに重点をおいて研究を進めた。

イ ノンバーバル・コミュニケーションについて

運動やスポーツ場面では、言葉にならない様々な情報や思惑のやりとりが瞬時に行われている。これはノンバーバル（非言語）な表現である。特に集団スポーツは、チームプレーやコンビネーションプレーが不可欠であり、以心伝心で互いに相手の次の行動を分かり合うことが必要である。パフォーマンスの構成要素（パフォーマンス学入門、1993）をみると、言語表現30％に対して、非言語表現は70％を占めていると言われている。

ということは、保健体育科の授業を行っていく上で、ノンバーバルな表現を読み取る力や推し量ろうとする意識が、生徒にも教師にも必要であり、それを高めていくための手だてを授業の中に組み入れていくことが大切であると再認識した。

(2) コミュニケーションスキルを身に付けさせるための授業改善の手だてと授業実践

共同研究で実施した生徒と教師のコミュニケーションに関する意識調査や、保健体育科で実施した心と体に関するアンケート調査から、生徒同士のかかわりを見直し、コミュニケーションスキルを高めるための授業改善を行った。授業実践については、第50回公開研究発表会発表要項保健体育科各論を参照されたい。

ア コミュニケーションへの動機付けを明確にする

(ア) 現代の子どもたちが置かれた環境から

子どもたちにとって、最大の関心事であり学校生活のすべては、友人関係であるといっても過言ではない。また、生きていく上で人とかかわることは避けて通れない。一対一の関係でのコミュニケーションが関係づくりの始まりであり、人間関係を創り出す対人能力の基本である。そのことを念頭に、かかわり合いの機会を保健体育科の授業を通して与えていくと同時に、思いやりと信頼の中から、人間関係における安定を築いていく過程を体験させることを意図した。

(イ) 子どもたちの自己教育力を育てる視点から

本来人間は、よりよくなろうとする自己教育力を持っているという考えを基に、子どもたち自身の気づきや学習していこうとする態度を尊重し、そこに働きかけていく。動機づけを与えるのではなく、With-ness の関係を通して、子どもたち自身が気づき、学習していこうとする動機を起こさせることが大切である。

コミュニケーションによって、自分を分かってもらえたという受容感を得られる経験をすることが、自分の力で考え、自分を見つめ、新しい自分を発見し、変化・成長していく原動力になると考える。

イ コミュニケーションの活性化をはかる

(ア) コミュニケーションする力を助長するスポーツ活動を行う

スポーツ活動は、社会的スキル形成の有効な手段であると言われているが、教師主導の活動であると、生徒の興味関心はスポーツの持つ技術性や競技性に向けられてしまう。そうすると縦社会を疑似体験することになり、どうしても主体性に乏しくなる。反対に、勝利志向の少ないレクリエーション要素を含んだものであると、チーム力向上等とともに遊戯性や協同性についてが中心となる。そこに生まれる相互交流から、生徒は試行錯誤しながらも、協力や信頼、責任などの大切さを具体的に体験できると考えた。

(イ) 協同的活動を取り入れる

保健体育科のこれまでの研究から、課題解決に向けて互いにサポートし合う「学び合い」の効果が明らかになっている。人と人とのかかわり方に重点を置き、共通の目的を達成するために、互いに助け合いながら意欲的に課題に取り組めるよう、小集団での協

同的活動の場を多く取り入れた。協同的な関係では、課題を解決するために必要な情報や技能、資源を互いに出し合い、共有して活用することが求められる。そこで、

- ①グループ全員で解決策を話し合う
 - ②協力し助け合って課題に取り組む
 - ③全員で達成の喜びを表現する
 - ④取り組み過程で、仲間の活動を評価し合う
- 以上のことを踏まえた活動になるよう促した。



写真1 活動評価を仲間へフィードバック

ウ コミュニケーションスキルアップのためのトレーニング手法を導入する

対人関係の実践を通して自己と他者に出会い、うまく自分の気持ちを表現したり、対人関係を円滑に進めることができるようになることをねらい、以下の手法を適宜授業に導入していくことにした。

(ア) 対人関係ゲーム（体育分野）

不安や緊張が強いと、気持ちや身体が固まってしまう、楽しく話したり活動することはできない。対人関係ゲームは、参加することによって不安や緊張を解消し、スムーズな関係づくりが図れる遊びである。

進級・クラス替えで自分を取り巻く環境が変わり、友達との接し方に戸惑いを感じている4月から5月にかけて、1・2年生の体ほぐし運動の中に取り入れることにした。最初は運動量が多く、個から個へのかかわりで身体接触の少ないもの、次第に個から集団へのかかわりに広げ、身体接触も多くして楽しさを共有する経験を重ねていった。

「人間いす」などの実践を通して、生徒の生き生きとした表情に触れることができ、自分の体を友達に委ねたり、委ねられたりという信頼感を体験できたことは、身体接触を伴う運動の楽しさにも出会うことができたのではないかと考える。

不安の逆制止の原理に基づいた身体運動反応や楽しいという思いが、集団活動へ参加したいという動機づけになると考える。また、集団活動の楽しさを実感するゲームでは、集団としての一体感を体験できたと思われる。

(イ) ピア・サポート（保健分野）

ロールプレイやゲームなどを通して、対人関係の基礎的な技能を段階的に育成し、それを発揮できる集団活動の機会を準備する。最終的には生徒同士のかかわり合いの中で、支え合い育ち合えることを目指すものである。

本校では委員会活動において2000年から2年間このトレーニングプログラムを実践した。その結果を検証したところ、思いやりやセルフエスティームの涵養に有効であることが分かっている。その一部を授業に取り入れ、基本的なスキルをトレーニングすることで、かかわり合いが深まっていくと考える。

(ウ) アサーション（保健分野）

自分の要求や考え・価値観などを、率直に、正直に、そして適切に自己表現することである。その自己表現は、自分も相手も大切にしたいものであり、互いの基本的人権を大切にしようとする相互尊重がなければならない。弱さや欠点をもっている存在としての自分自身を受け入れ、その自分が感じることや考えることを大切にしたい表現ができるように支援した。自己主張だけでなく、自己の存在、他者の存在を認め合い、相互に関係を作っていく姿勢が育つことをねらいとした。

(エ) グループワークトレーニング（GWT）（保健分野）

人間は、外から圧力をかけて変化させることはできないし、またそのようなことはすべきではないとの考えに立ち、リラックスした雰囲気の中で自分の姿に気づき、自ら態度や行動を変容させていくことを目的とした。

その理論と方法は、行動科学を基礎としたラボラトリー・トレーニングの学習理論と、成長心理学がベースになっている。

グループの目標達成のために、メンバーの一人一人が必要なリーダーシップ（集団機能）を分担して行動しなければならない。このようなシェアード・リーダーシップでは、励まし合いの輪が大切になってくることが、生徒の振り返りなどから読み取れた。

(オ) ラボラトリーメソッド（体育分野）

対人関係能力は、一人一人が実際に他者とのかかわるといった人間関係の体験を通して身につけていくものである。

このラボラトリーメソッドとは体験学習による学習法で、学習者自身が新しい学習の場に入り、試行錯誤しながら学ぶことを奨励するものである。

主に練習計画や作戦タイムの話し合い活動で、次のことを目的として導入してみた。

① 観察者とメンバーがグループ・プロセスを話し合うことで、相互の認識のずれを明らかにする。

② その場面で感じていたことや、発言回数、内容分析を率直に出し合うことで、グループ・プロセスを明確にし、自分や友達、グループ全体への理解を深める。

生徒は、「自分の思いと実際の言葉となって伝わったことが違っていた」「受け取り方は人によってそれぞれだった」などの感想や気づきを持ち、今後のチームワークに生かそうとする態度が見られた。

2 第2年次（平成18年度）

(1) 体育授業におけるオーセンティック・アセスメント

研究主題とのかかわりから、私たちは次に挙げる2点に着目し、支援的立場からの授業改善を行った。

① 生徒の主体的学習や集団的なかかわりを生かす、学習スタイルや学習形態の選択が適切になされているか。

② 肯定的な人間関係と情意行動を生み出す指導やコミュニケーションスキルの指導が適宜なされているか。

上記について、どのくらい実現されたかを知る手だてとしてオーセンティック・アセスメントは不可欠である。オーセンティック・アセスメントとは、「真の評価」「信頼できる評価」という意味があり、授業の具体目標やアクションプランがどの程度成果として現れているかを評価し、授業改善に役立てていくという考え方で、様々な方法が研究され、提供されている。

私たちは、診断的評価としての状況把握と総括的評価としての成果把握を比較検討するとともに、各時間の授業を形成的に評価し、計画修正や生徒の学びの実態を把握した。評価結果の一例（1年生女子におけるサッカー～5時間扱い～の授業における実践）は、第51回公開研究発表会発表要項保健体育科各論を参照されたい。ここでは、各評価の評価項目と質問の因子について簡単に触れておくこととする。（いずれの評価もそれぞれの項目を「はい」「どちらでもない」「いいえ」の順に3・2・1点と得点化して算出した。）

ア 診断的・総括的授業評価（4因子20項目・3件法）

「たのしむ（情意目標）」「できる（運動目標）」「まなぶ（認識目標）」「まもる（社会的行動目標）」の4因子による評価である。

学習初期において数値の低かった「できる」について着目し、学び合い活動を通して技能を伸ばすことをねらい、具体項目である「できる自信」や「運動の有能感」を高めていこうとした。

イ 仲間づくりの形成的評価

保健体育においてかわり合いを意図した授業を実践する上で、これらを成果として実現するためには、仲間づくりに焦点をあてたアセスメントが必要である。

10項目で構成された質問の因子は、「集団的達成」「集団的思考」「集団的相互作用」「集団的人間関係」「集団的活動への意欲」の5つである。一般的な成果の目安は、平均得点が2.5点以上である。2点を下回る場合、生徒はもの足りなさや非協力的という印象を持っていると考えられる。単元が5～6時間扱いの場合、得点は右肩上がりになるのが通常である。本校の場合も、時間を追うごとに数値の上昇が見られた。これは単元の終わりに近づくにつれ、グループの中の親密度が増し、ノンバーバルな方法（表情・動作・アイコンタクト等）でのコミュニケーションが多くとられていたことが数値に現れたのではないかと考えた。

ウ 体育授業についての形成的評価（4次元9項目・3件法）

調査項目は「成果」「意欲・関心」「学び方」「協力」の4つの次元から成り立っている。性別や教材によって有意差が出る項目があり、評価点は男子より女子、運動種目の中ではボール運動が、若干高くなると言われている。

5時間扱いのサッカーの授業における今回の評価では、単元最終の5時間目に「協力」の評価が少々低くなった。ゲームを通しての集団活動の時間が長くなり、また勝敗が関係してくると、互いの要求レベルが高くなり、評価が厳しくなったことが一因ではないかと考えた。

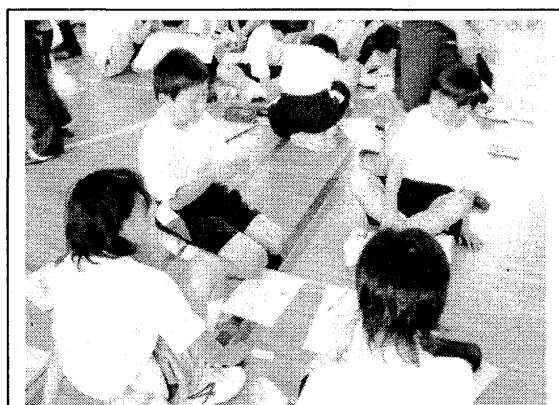
(2) 人とのかかわる力を育てる授業実践

ア 保健分野

1年生の保健分野「心身の発達と心の健康」のなかの‘精神機能の発達と自己形成’では人とのかかわりを体験させるためのグループワークトレーニング（GWT）を、‘欲求やストレスへの対処法と心の健康’では体育分野の体ほぐし運動とのクロス学習を取り入れた授業を実践した。指導計画を以下に示す（詳細は第51回公開研究発表会発表要項保健体育科各論を参照）。

(7) 精神機能の発達と自己形成精神機能の発達と自己形成（4時間扱い）

時	精神機能の発達と自己形成（4時間）	
1	「考え、感動し、決断する心」（知的・情意機能の発達）	
2	「人とのかかわり」	
3	自立と依存・人間関係の変化・効果的なコミュニケーション	
	①自立の欲求 依存と自立（心理的葛藤） 自己の認識（価値観・考え方） 人間関係の変化	②思春期の特徴 GWT（体験学習） コミュニケーションスキルの確認
4	「自分らしさ」（自我の確立）	



（開始直後：互いに距離がある）



（終了間際：自然と体を寄せ合い親密になる）

写真2 グループワークトレーニング（GWT）の様子

(イ) 欲求やストレスへの対処法と心の健康（3時間扱い）

時	欲求やストレスへの対処法と心の健康（3時間）	
1	「欲求やストレスへの対処法」	
2	①ストレスとは（理論） ストレスの原因とストレス反応 心と体のつながり	②ストレスの対処法 （体験・クロス学習） リラクセーション 自律訓練法（体験）
3	「心身の調和」心と体をほぐす（クロス学習）	

自己形成に向けて考えさせたいことは、他との効果的なコミュニケーションによって得られる自己存在感や自己肯定感である。これらを土台に、自分らしさ、ストレスへの対処、心の健康といった学習へつなげようと考えた。

また、「欲求やストレス」と「心の健康」の関連性を指導するにあたり、次のことを重視した。

- ①傷ついたり怒りを感じたりするマイナスの感情は、押さえてしまいがちだが、こうした感情自体は自然なものなので否定しなくてもよいこと
- ②マイナスの感情にも成長の種が隠されているということ
- ③傷つくことがあっても、少々の傷ならそれをバネにして、さらに豊かで強い心を育てていくことができるということ

‘心と体をほぐす’クロス学習では、触れ合うことから始めるコミュニケーションを認識させた。言葉ではコミュニケーションがとれていない生徒同士でも、体ほぐしやストレッチを通じて、互いの体に触れながら心の交流へとつながっていく。また、思春期には体に触れる・触れられることに抵抗があるが、「授業だから仕方がない」と割り切るなど、強制的だからこそ生まれるコミュニケーションもあるのではないかと考えた。

その際、心と体の状態（抑うつ・身体症状・対人関係など）を把握し、学習が進むにつれその変容を見ていくことは、発達段階を知るうえでも生徒を理解するうえでも意義があると考えた。

(ウ) CES-D 調査

前述のような保健学習による様々な思考や感情は、思春期における自己形成にどのようにかかわっているのだろうか、ということを考える指標として、CES-D 調査を行った。

CES-D 調査とは疫学的自己評価式抑うつ尺度で、精神健康の測定に広く用いられており、ポジティブ4項目・ネガティブ16項目の2大領域から構成されている。ネガティブ項目を構成する下位尺度は、抑うつ・身体症状・対人関係である。

今回の保健学習に関しては、男子より女子の方がよく反応し、有意性は見られなかったものの学習の前後で抑うつや対人関係、ポジティブといった項目により変化が現れた。また、自己評価が低く、他者が自分を受け入れてくれることに対して強い不安を持ち、ストレスの高い人間関係に陥っている本校生徒の実情が浮き彫りになった。

イ 体育分野

2005年の7月に第2学年を対象として実施された宿泊的行事である野外体験学習の中に、体育的プログラムを組み入れた。具体的には、体ほぐし運動にも活用されるイニシアティブゲームを学年全体で実施した。授業という枠にとらわれないダイナミックな活動が期待できると考えたからである。

イニシアティブゲームとは、小グループ（5～10人程度）で、一人では解決できない精神的・身体的課題に対して、一人一人が持っている諸能力を出し合い、「知恵」と「勇気」と「協力」のもと課題を解決する活動である。望ましい社会性や問題解決能力、リーダー性を育てるのに有効なゲームである。

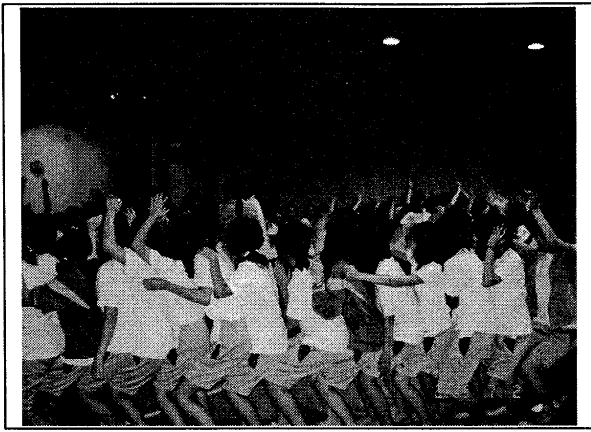


写真3 人間いす

活動当初は、会話も少なくぎこちない様子が見られたが、時間の経過とともに、課題の解決に向けて積極的に協力し合う場面が増えていき、通常の授業ではできない濃厚な内容とそれにかかる十分な時間から得られた充実感は大いなものだという手応えがあった。

本活動が、「かかわり合う」ことにどのような影響をもたらしたのか、次の調査から検証した。

(7) 社会的スキル尺度得点の平均値と標準偏差

児童用社会的スキル尺度（1994、庄司）を使用して、「野外体験学習」の事前と事後にデータを収集した。

下位尺度は以下の通りで、一般的にF 1とF 2は正のスキル（うれしいこと）、F 3とF 4は負のスキル（いやなこと）である。

F 1：共感・援助的かかわり（14項目）

友だちに感謝の気持ちを言う、困っていたら助ける、友だちをほめる、失敗したとき励まし、慰める など

F 2：積極的・主張的かかわり（11項目）

友だちに対して注意する、迷惑なときはやめるように言う、自分の意見を言う、自分から声をかけたり遊びに誘ったりする など

F 3：からかい・妨害的かかわり（5項目）

友だちに対して「ばか」などとけなす、失敗を笑う、邪魔をする など

F 4：拒否・無視的かかわり（6項目）

断る、見過ごす、自分のしたいことをする など

算出結果については前年度各論に詳細を述べてあるので割愛するが、「F 1」「F 3」及び「合計得点」において有意な変化が認められたことから、野外体験学習は、円滑な人間関係を構築していくための貴重な経験の場となっていることが確認できた。特に、試行錯誤の中、失敗や成功を共有することで、人間関係を育んでいくのではないかと推測される。ここで得たことを基に、日常の積み重ねである授業を通して、このような機会を提供していかなければならないことを再確認した。

3 第3年次（平成19年度）

(1) 授業実践の検証

ア 保健分野

2年生の「健康と環境」の単元全体を通して、グループごとでの課題解決による学

習方法を実施した。グループ編成から発表（ポスターセッション形式）まで、仲間と様々なコミュニケーション活動を行っていく中で、自分の伝えたい情報を一方的に発信するのではなく、受け手として、相手の考えや心情を共感的に受容しようとする態度の育成を通して研究主題に迫りたいと考えた。また、その検証として、保健学習についての形成的評価と仲間づくりに関する形成的評価を実施し、授業をオーセンティックに評価するとともに、かかわり合う力が生徒達にどのように働いているのかを検証するための指標とした。

単元「健康と環境」の指導・評価計画（10時間扱い）

時間	学 習 項 目		評価規準（方法）
1 2	オリエンテーション 基本事項の確認 課題設定	学習への意識化 課題の例示 健康と環境に関する 基礎的・基本的事項の確認 課題設定とグルーピング 学習計画の立案	【関心・意欲・態度】 健康と環境について関心を持ち、仲間と協力して資料を集めたり、意見を交換しながら、課題を見つけ、意欲的に学習しようとしているか。 (行動観察・ワークシート・発言等)
3 4 5	課題の解決Ⅰ	課題に対する予想や解決の方法 検証の方法を考えた課題解決 (インターネット・諸文献等の活用)	【思考・判断】 健康と環境について、自分の日常生活を振り返り、問題点を見つけて課題を設定したり、適切な課題解決の方法を考え、判断することができたか。 (行動観察・ワークシート・発言等)
6	中間発表会	課題解決の見通しを持った 中間発表	
7 8	課題の解決Ⅱ	課題の再確認・修正 プレゼンテーションの工夫	【知識・理解】 人間の健康は環境と深くかかわって成立しており、身体には環境に対する適応能力があること、心身の健康を保持増進するためには、環境を衛生的に保つ必要があることを知ることができたか。 (行動観察・ワークシート・発言等)
9	ポスターセッション (発表会)	発表を通じた理解の深化	
10	学習のまとめ	各グループの学習のまとめ 取り上げられなかった内容に関する補足説明	

(7) 学習形態に関するアンケート調査

単元に入る前に、資料1に示したような課題学習時における学習形態に関するアンケート調査を行った。(調査対象は2年生4クラスの中から任意に抽出された2クラス、男子39名、女子40名、計79名とした)保健の学習のみならず他教科も含めて、過去にグループでの課題解決学習を行った経験をもとに、グループでの学習活動に対してどのくらいの有益性を感じているのかを知るためである。質問項目は、課題解決の過程を踏まえた8項目とし、自分の考えに近いものを「はい」「どちらでもない」「いいえ」から選ぶ3件法として、それぞれ3点・2点・1点で得点化した。また、単元終了時にも同じ調査を行い、‘かかわり合う力’を通して学習させたことによる、意識の変容を明らかにしようと試みた。

資料1 学習形態に関するアンケート

課題解決 アンケート

1 課題学習の学習形態についての次の質問に対して はい どちらでもない いいえ いずれも、自分の考えに近いものに○をつけてください。

- テーマを設定するには一人よりグループ学習の方がよい ☒ はい ☐ どちらでもない ☐ いいえ
- 学習の計画を立てるには一人よりグループ学習の方がよい ☐ はい ☒ どちらでもない ☐ いいえ
- 調査活動を進めていくには一人よりグループ学習の方がよい ☒ はい ☐ どちらでもない ☐ いいえ
- 調査資料を作成するには一人よりグループ学習の方がよい ☐ はい ☒ どちらでもない ☐ いいえ
- 発表を行うのは一人よりグループ学習の方がよい ☒ はい ☐ どちらでもない ☐ いいえ
- 学習のまとめを行うのは一人よりグループ学習の方がよい ☐ はい ☒ どちらでもない ☐ いいえ
- 課題学習全体を通してグループ学習の方が楽しい ☒ はい ☐ どちらでもない ☐ いいえ
- 課題学習全体を通してグループ学習の方が理解が深まる ☐ はい ☒ どちらでもない ☐ いいえ

2 グループ学習によって、個別学習よりも学習が成功したことがありますか？ ☒ はい ☐ いいえ

『はい』と答えた人のみ・・・
どのような成功を求めましたか？簡単に書いてください。
人それぞれ違う観点で物事を見ているので、様々な意見を踏まえて課題をとらえ、まとめをすることができた。

本校生徒は、各教科及び総合的な学習の時間の中で、小集団での活動を行うことが多い。図1のアンケート結果からも見て取れる通り、グループ活動での課題解決学習について、単元前から肯定的な見方をしており、得点的には事前・事後において大きな変化は見られなかった。しかしながら、「テーマ設定」「資料作成」「学習の理解」の3項目で、得点の上昇が見られた。特に、学習の理解「課題学習全体を通して、グループ学習の方が理解が深まる」という項目については、有意差こそ見られなかったが、事後の方が良い傾向を示していたのは、注目に値すると思う。

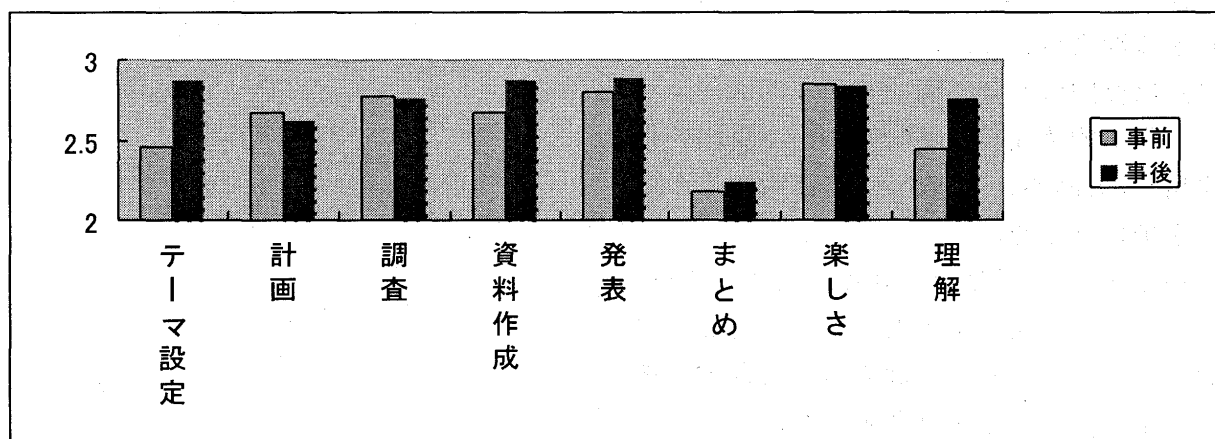


図1 学習形態に関するアンケート調査の結果

(課題解決学習の過程を踏まえた8項目について)

資料2 グループ学習での成果について

●グループ学習によって、学習は成功したと思いますか？(事後調査)

はい 90.5% いいえ 9.5%

(‘はい’と答えた理由)

- ・ 一人では考えつかなかった、新しい考え方が生まれた
- ・ 意見や資料を持ち寄ったことで、学習が広がった・深まった
- ・ 役割分担して活動を進められて効率が上がった
- ・ まとめ方や発表の仕方ではアドバイスをもらった
- ・ 人それぞれ違う観点で物事を見ているので、様々な意見を踏まえて課題をとらえ、まとめをすることができた
- ・ 分からないところを友達とおぎない合えたので、内容の濃い学習となった

5 因子とも有意な差は認められなかったものの「有益性(健康に役立つことを学習した)」と「認識(知っていると思っていたことが実は違っていた)」の二つの因子について、特に大きな数値の上昇が見られた。環境という他教科とのかかわりも非常に密接で、とすると、課題解決の芯が保健という視点から離れてしまうことが懸念された。そこで本実践においては、‘健康とのかかわり’ということから遠ざかることがないように生徒に意識させたところ、生徒同士で、調査が他領域に広がりすぎないよう軌道修正し合う姿が見られた。また、教師側も養護教諭とのチームティ칭の形をとり、綿密な支援ができるようにした。このことにより、身近な、自分たち自身の問題としてテーマをとらえ、‘自分たちにできることは何か?’ということを中心に思考を進めることができていたため、この2つの因子の上昇という結果につながったのではないかと考える。

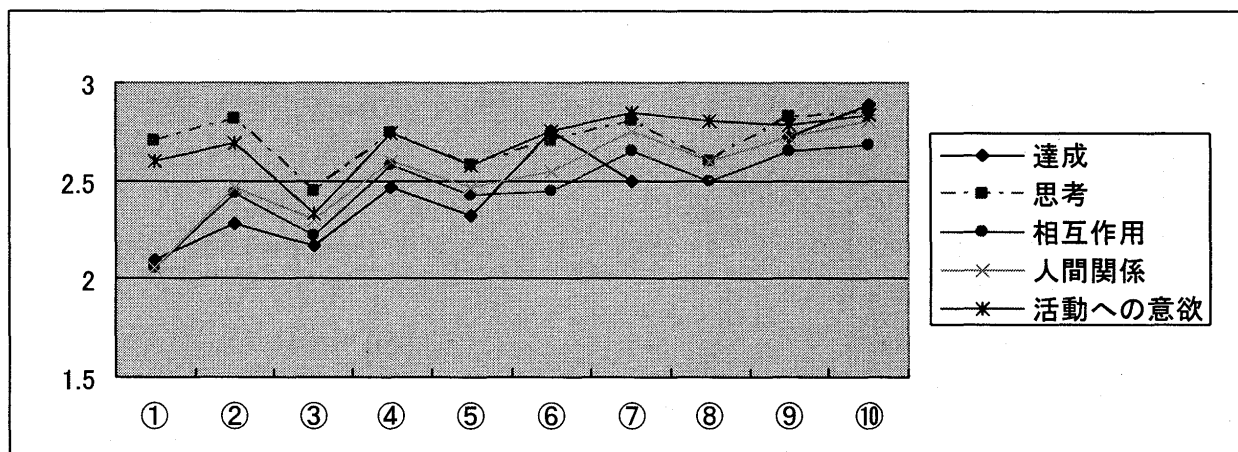


図3 仲間づくりに関する形成的評価

また同様に、仲間づくりに関する形成的評価の結果を図3に示した。これも、各因子とも有意差はなかったが、それぞれの因子に若干の上昇が認められた。10時間目の各因子の値がすべて2.5点を上回っていることをみると、本実践における課題解決学習を通しての仲間づくりに関して、成果があったと考えることができる（このことについては前述の資料2‘グループ学習の成果’からも見取ることができた）。

本実践のグループ学習を通して、我々教師側は、生徒同士の肯定的なかかわり方（役割行動、教え合い、協力、マナーなど）に重点をおき支援してきた。このことによって、学習中でのコミュニケーション活動が学習過程における生徒の意欲等にプラスに働き、その結果、お互いに思考・知識を深め合うことができたことが、教科がとらえる、関心・意欲や思考・表現力などの育成に有効であったと言える。

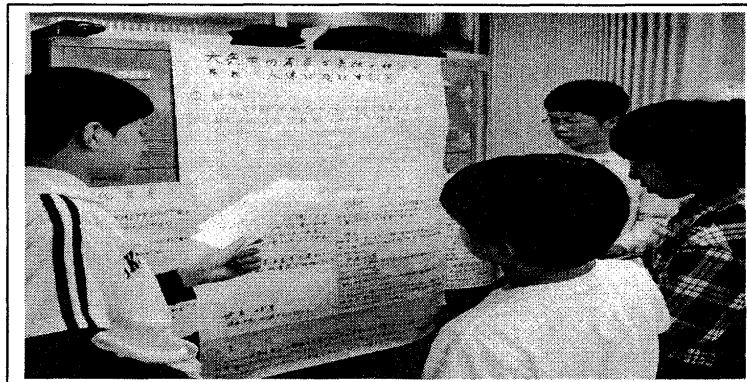


写真4 ポスターセッションの様子

イ 体育分野

体育分野においても、様々な単元で、かかわり合う力を通した授業実践を行ってきた。習得したコミュニケーションスキルを活用して、自ら運動に親しもうとする態度や運動に対する有能感を高める工夫を行い、そのうえで、運動を継続的に行おうとする資質を育てることが、体力や運動技能の向上につながるのではないかと考えた。以下は、1年生女子の球技（バレーボール 9時間扱い）の実践例である。

資料4 1年球技（バレーボール）単元計画（9時間扱い）

時間	学習項目		評価規準（方法）
1	オリエンテーション グルーピング	<ul style="list-style-type: none"> ・学習のねらいを知る ・ボールに慣れるためのゲームを行う （例）ゼッケンラリー ワンバウンドリレー 等 	<p>【関心・意欲・態度】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バレーボールの特性に関心を持ち、楽しさを味わえるように進んで取り組むことができたか
2 3 ④ 5	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>〈ねらい1〉 基本的なパスやサービスの技能を身に付け、ラリーの楽しさを味わおう</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・オーバーハンドパス アンダーハンドパス の練習をする 直上パス 対人パス 円陣パス 三角パス ワンバウンドパス 等 ・個人やチームの課題を明確にして、解決に適した練習方法を選択する ・アンダーハンドサービスの練習をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・互いに協力して、練習やゲームをすることができたか （行動観察・発言・学習カード） 【思考・判断】 ・自分やチームの能力に適した課題を見つけることができたか ・課題を解決するために練習方法を工夫することができたか （行動観察・発言・学習カード）
6 7 8	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>〈ねらい2〉 チームで協力し、基本的な技能を用いてゲームを楽しもう</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・練習した技能を生かして、簡易ゲームを行う 【簡易ルールの工夫点】 コートの大さき （バドミントンコート →バレーボールコート） サービスゾーン ボールの接触回数 （個人・チーム） ローテーションの方法 等 	<ul style="list-style-type: none"> ・バレーボールの特性に応じた個人的技能を身に付けることができたか ・身に付けた技能を発揮してゲームを行うことができたか （行動観察・発言・学習カード） 【知識・理解】 ・バレーボールの特性や学び方、技術の構造を理解することができたか ・試合の仕方やルールを理解してゲームをすることができたか （行動観察・発言・学習カード）
9	学習のまとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・技能のポイントやルール等について確認する 	<ul style="list-style-type: none"> ・試合の仕方やルールを理解してゲームをすることができたか （行動観察・発言・学習カード）

資料5 指導略案（展開）例

題材名：グループの課題を見つけ、課題解決のための練習方法を工夫しよう（4/9 時間）

具体目標	学習活動	生徒への支援・助言
<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動・集合・整列ができる ・本時のねらいや学習内容の確認ができる ・個人・グループの能力に応じた練習方法を工夫することができる 	1. ランニング・準備運動・集合・整列・健康観察をする 2. 本時のめあてを確認する	<ul style="list-style-type: none"> ・素早く集合させ、生徒の健康状態を確認し、見学者には適切な指示を与える ・既習内容を生かしたパス練習であることを伝える
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> グループの課題を見つけ、 課題解決のための練習方法を工夫しよう </div>	
	3. グループの課題を話し合い、それにあった練習内容を考える	<ul style="list-style-type: none"> ・ブレインストーミングにより、広い発想でグループの課題を挙げさせる ① 個人で考えたチームの課題を思いつくままに付箋紙に挙げさせる ② それを持ち寄って、チームで台紙に貼りながら仲間分けをしていく ③ 新たに出た意見も加えながら、課題を焦点化していく ・前時までに行ったパスの練習方法をヒントにし、課題を意識した練習内容を考えられるよう助言する
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">「評価の観点」 思考・判断</p> <p>おおむね満足できる状況 : 適切な課題を発見し、練習方法を選ぶことができる</p> <p>十分に満足できる状況 : 自己やチームの状況に応じた課題を発見し、それを解決するための練習方法を考えることができる</p> <p>努力を要する生徒への支援 : 話し合いの中で仲間の考えを参考にしながら、自己やチームの課題に気づかせる</p> </div>		
<ul style="list-style-type: none"> ・グループで協力してパスの練習ができる 	4. グループごとにパスの練習をする (例) <ul style="list-style-type: none"> ・直上パス ・対人パス ・円陣パス ・ワンバウンドパス等 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループで協力して行えるように声をかける ・課題に対して練習内容が適切か、必要に応じて修正させる
<ul style="list-style-type: none"> ・本時の反省と次時のめあてを確認できる 	5. 本時の活動を反省し、次時の学習内容を確認する	<ul style="list-style-type: none"> ・次時はサービスとサービスレシーブの学習であることを伝え、意欲の喚起を促す

資料4に単元計画を、資料5に4／9時間目の指導略案（展開部分）を示した。この単元では、バレーボールの基礎的な技能（オーバーハンドパス・アンダーハンドパス）を、様々な方法を提示しながら十分に練習させたうえで、単元半ばの4時間目の授業において、個人やチームの課題を明確にし、その解決に向けた練習方法の工夫を見いだすための話し合い活動（ブレインストーミング）を取り入れた。

ブレインストーミングとは、グループ内で自由に意見を出し合い、テーマに関する多様な意見を抽出する技法のことで、いろいろなアイディアを発展させることができるとして知られている。オズボーンは、一種のウォーミングアップとして集団ブレインストーミングを活用することで効果的に課題解決ができると述べている。

話し合いの最初に、個々にグループの課題を思いつくまま付箋紙に書かせ、それを持ち寄る形でブレインストーミングを開始し、KJ法にて意見を整理させながら、新たに出てきた意見もどんどん付け足していく形をとらせた。その話し合いの様子の一例を資料6に示した。

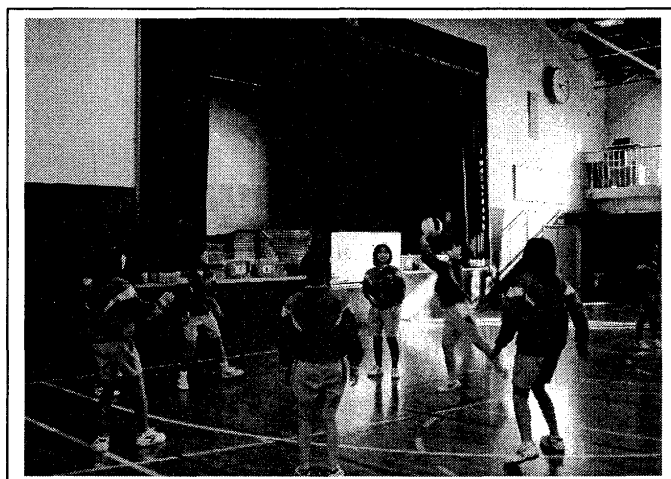
資料6 1年生女子バレーボールの授業での逐語記録

生徒A (以下生徒略)	ねえねえ、みんな何て書いた？ (みんなで台紙の上に自分の書いた付箋紙を貼り合う)
B	(Aの付箋紙を見て) あっ、私も‘かけ声’って書いた(うれしそう) だって、この間の円陣パスの時、円の真ん中にボトって落っこっちゃうこと多かったし・・・
A	<u>そうだよ</u> ね。かけ声をかけて自分から取りに行けばいいと思う
C	<u>そうそう</u> 、迷わないで積極的に行けばいいんだよ
A	その時は、とる人だけじゃなくて周りの人も声かけなきゃだめだよ
D	もうみんな呼び捨てで〇〇！とかでいいよね
B	「〇〇お願い！」とかね
E	「〇〇さあんおねがぁい・・・」とか言ってる暇ないもんね。
A	じゃあ、この4枚が仲間でいいね
F	(付箋紙をまとめて、台紙の色画用紙に貼り直す) (他の友達が書いた付箋紙を見ながら)
C	パスが正確なことも大切だよ
A	<u>そう</u> 、どうしてもオーバー(ハンドパス)よりもアンダー(ハンドパス)で思い切り打ちちゃって大失敗しちゃう
E	<u>ボールを卵だと思って、優しく引いてから押し出す感じでやるといいかも・・・</u>
B	<u>うん、この間昼休みにバスケットボールでオーバーやってみたら、重さを感じて、先生の言った‘ボールを吸収する感じ’が何となく分かったよ</u>
E	ほんと？じゃあ、試しにちょっとやってみる？
全員	(おもしろそう、やろうやろう)

C	それにさ、どうせミスするなら、オーバーでちゃんとやって慣れるようにすれば、どんどんミスが少なくなるんじゃない？
A	ミスしてもみんなでカバーすればいいじゃん
B	じゃあ、この後オーバーだけの練習しない？
A	<u>うん</u> 、この間やった一列の(隊形)でやろう！
B	円陣パスのときなんかさあ、やばい！って思ったときも、誰かがとってくれてたりすると超うれしいよね
F	<u>うん</u> 「愛」を感じる！
全員	(大爆笑)
E	やっぱ愛だよ
A	じゃあ、うちのチームのテーマは「愛」だね！
全員	(納得)
C	よし、みんなの付箋紙の「愛」を強調しよう！ (すべての付箋紙に「愛」という文字を赤いペンで書き込む)

このグループは、話し合いの前の円陣パスでは4回しかパスが続かなかった。技能が未熟だということもあるが、それ以前の原因として、遠慮していて積極的にボールに向かえない、円陣の大きさ・お互いの距離が遠くパスが届かないなどが考えられた。この話し合いのあとの練習では、かけ声（特に「惜しい！」とか「ドンマイ！」などの仲間のミスを受け入れるような言葉かけ）が頻繁に交わされるようになり、円陣パスでは、円形を乱しながら、互いの距離を接近させ、パスをつなげようという共通の意識が全員から伝わるような、盛り上がった活動が見られた。このグループ以外にも、同様の変化が見られた。

話し合いの内容を見てみると、_____の部分で他の意見を肯定的に受け止めようとする行動（相づち等）が見られ、意見を出した本人はもちろんのこと、グループの全員が受容感を得られた雰囲気の中で話し合い活動が行われている様子がうかがえる。また_____の部分は、グループで挙げられた課題‘オーバーハンドパスが有効に使われていない’ことに関して、解決の糸口を見いだそうと、思考を広げようとしている場面である。このような時に、授業者がさらに話し合いの思考力を深めさせるため、有効な練習方法を提示したり、生徒自身が気付いていないつまずきなどを効果的に示す等の役割をしていくことが重要であることを再認識した。



(2) 研究成果と今後の課題

ア 成果

成果を次に示す二つの視点から考察したい。

- ① 授業改善を通して、生徒のコミュニケーションスキルは高まったのか
- ② かかわり合い・学び合いを通して、保健体育科の目標に迫ることができたのか

①について

保健体育の教科の特性から、広い空間の中で、集団的な身体活動を中心として授業が展開されることが多いため、活動の中に日常的な人間関係が現れやすいと言われている。それを踏まえながら、「仲間とのかかわり」を直接的または間接的に組み入れた授業を、オーセンティックアセスメントを通した授業改善を試みながら展開してきた。その中で、生徒―教師、または生徒同士の、協同的活動・集団的思考・賞賛・励ましなどの相互作用が多く見られるようになったことは、コミュニケーションスキルを高めるための実践に関する成果といえるのではないかと考える。また、コミュニケーション活動を通してかかわり合う力を育てるため、共感的に「話を聴く」態度に視点をおいて考え進めたことが、生徒の自己肯定感や自己受容感の向上につながり、さらに深いかかわり合いに発展したことが、授業における個々の学習活動にもプラスに働いたと言える。

②について

保健と体育の両分野において、コミュニケーションする力を生かして、思考の広がりや深まりを促すことができたとともに、生徒自身もその有効性を認識しながら学習活動に取り組むことができるようになったことが、授業実践の中で行った諸評価によって裏付けられたと考える。そのことによって、自己のからだ・体力に対する関心を高め、成長期のいる自分にとって運動が重要であることや、健康的な生活は自己の意識によって確立していかなければならないことを、自分一人だけではなく、仲間とも共有することができる課題として、とらえることができていたと考えられる。また、①でも述べたような肯定的人間関係行動が授業の中で多く生じるようになったことで、学習の場の雰囲気が高まり、授業の中で、より自分を高めようとする姿が多く見られるようになるなど、内発的に動機づけられた学習意欲につながった。

イ 今後の課題

保健体育科の抱えている大きな課題である‘基礎的・基本的な技能や体力の向上’や‘自他の健康に対する意識の向上’について、コミュニケーションする力・かかわり合う力をどう生かしていくかは、継続して取り組んでいかなければならない大きな課題であると言えるであろう。集団的なかかわりを生かす学習形態の工夫や教材の開発は、生徒の実情や社会の変動等に応じて、日々研究していかなければならないことである。また、生徒のコミュニケーション活動に重要なのは、コミュニケーションのパイプ役とも言うべき教師のかかわり方である。その場面に適した教師の支援による相互作用や、円滑で深みのある授業の流れを提供するため、または、発達段階や学習過程を踏まえた挑戦の場や課題

解決の場を提供していくためのマネジメントスキルなど、この3カ年の研究をスタートラインとし、さらに追求し続けていかなければならないことを改めて痛感した。

4 研究を終えて

中学校での保健体育学習の経験は、その後、個々への大きな影響力を持つと考える。この年齢期は、思春期を迎え、心もからだも大きく変化するとともに、また、運動の発達特性から見ても非常に重要な時期といえるからだ。それを踏まえながら、授業を通して、有能感を得られるような活動を多く体験させ、自ら運動に親しもうとする資質を育成することを核とし、教材や支援の方法などの研究を進めていかなければならない。そして、メンタルな部分も見逃してはならない大きな課題である。まず、自他の心身と向き合い、その姿を受け入れながら活動していくという機会を提供していくことが大切である。また、前述のように生涯にわたって運動に親しんでいくためには、身体能力のみならず、ルールやマナーを遵守することや、集団の中での自己の役割をしっかりと認識し、それを果たす態度も必要である。これらのことは、‘自己’以外の人間とのかかわり合いを通してはじめて、身に付けられるものである。そしてそれこそが‘スポーツ・体育における人間関係の構築’につながるからである。そういう意味でも、我々保健体育科教育に携わる者に課せられたテーマは大きいと考える。子どもたちと正面から向き合い、いろいろなことを共有し、共感し合いながら、私たち教師も成長していくのである。本研究が、今、我々が考えていかなければならないこと、我々に求められていることを深く再考する良い機会となったことを最後に添えて、研究の終わりとしたい。

【引用・参考文献】

- 「人間関係づくりトレーニング」星野欣生 金子書房
- 「非言語的パフォーマンス」佐藤綾子 東信堂
- 「体育授業を観察評価する」高橋健夫 編 明和出版
- 「対人関係ゲームによる仲間づくり」田上不二夫 編 金子書房
- 「子どもの対人関係能力を育てる」津村俊充 教育開発研究所
- 「今こそ、新しい学校体育の創造をめざして」高橋健夫・友添秀則 編 大修館書店
- 「教えと学びを振り返る体育の評価」木原成一郎・大貫耕一 編 大修館書店
- 「体育科教育」第52巻第8号 大修館書店
- 「体育科教育」第52巻第9号 大修館書店
- 「体育科教育」第52巻第11号 大修館書店
- 「体育科教育」第52巻第12号 大修館書店
- 「発達の最近接領域の理論」ヴィゴツキー 著 土井捷三・神谷栄司
- 「協力すれば何かが変わる」坂野公信 監修 遊戯社
- 「中学校学習指導要領 解説―保健体育編―」文部省 東山書房
- 「臨床心理学研究の技法」下山晴彦 編 福村出版
- 「授業スキル 中学校編」河村茂雄・粕谷貴志 編 図書文化
- 「『楽しい体育』論の展開と生涯スポーツ」嘉戸 脩 タイムス
- 「体育授業の心理学」市村操一・阪田尚彦・賀川昌明・松田泰定 編 大修館書店
- 「考えるシート」山田ズーニー 講談社
- 「伝える力」久恒啓一・NP0 法人知的生産の技術研究会 編 すばる舎
- 「しぐさのコミュニケーション―人は親しみをどう伝えあうか―」大坊郁夫 サイエンス社
- 「フィンランド・メソッド入門」北川達夫・フィンランド・メソッド普及会 経済界
- 「子どもと発育発達」Vol. 3. No. 3 杏林書院
- 「人間とコミュニケーション」原岡一馬 編 ナカニシヤ出版
- 「教育と医学」第38巻第11号 慶應義塾大学出版会
- 「現代のエスプリ」463 至文堂
- 「中学校保健学習の指導と評価―授業計画の作成から評価までの実際―」日本学校保健会